«ОГОНЕК», № 15, 13 апреля 1998

ГРАЖДАНСКАЯ ВОЙНА

Современные специалисты борются с алкоголизмом методом семейного подряда

Недавно узнала такую новость. Оказывается, алкоголиков ругать вредно. И не просто вредно, а опасно для их здоровья. Психическое воздействие на алкоголика в виде бытовых скандалов и публичных выволочек немедленно сказывается на его физическом и моральном состоянии и приводит к тяжелейшим, злостным формам алкоголизма.

Во дают! Что же их теперь -- по головке гладить за то, что они не просыхают? Задавшись столь риторическим вопросом, я отправилась в Научный центр психического здоровья РАМН, откуда «дул ветер». Там меня огорошили еще одним, не менее оригинальным заключением: «Алкоголизм -- болезнь семейная. Если в семье есть хоть один алкоголик, то шанс избавить его от пагубной привычки на длительное время появляется только тогда, когда лечится вся семья». Это уже тянуло на рационализаторское предложение.

Маргарита МОРОЗОВА, научный сотрудник Центра психического здоровья, имеет неординарную специализацию -- лечит... непьющих жен алкоголиков.

От чего? Примитивно выражаясь, от дурного характера, который доводит тетенек до состояния глубокой депрессии, а их мужей -- до наркологического диспансера.

-- Как мы обычно встречаем алкоголика? Правильно: «Мужик, быдло, хам, глаза залил, аванс пропил». Других слов для благоверного женщина, как правило, не находит. Да и откуда им взяться, если он не выполняет своих вечных обещаний «больше ни-ни...», прогуливает работу, да и вообще теряет человеческий облик. Между тем дама даже не подозревает, что запускает мощнейший механизм локальной гражданской войны, жертвами которой станут члены ее семьи.

ЖЕНА. Она -- разведчик, выслеживающий врага. Она все время ждет и вздрагивает от каждого скрипа двери, она вся -- предвкушение: сейчас он придет, и я его обнюхаю. Постоянное напряжение со временем переходит в неврастению. И даже если сегодня он не «в стельку», а всего лишь «выпимши», она превращается в фурию. Исследования показали, что 90% женщин, живущих с алкоголиком, пребывают в состоянии глубокой подавленности. Но они этого порой даже не замечают. С помощью агрессии они компенсируют душевный дискомфорт. Болезнь вылезает потом, когда муж начинает лечиться. Большинство пациенток уходят в глубокую депрессию, когда муж бросает пить -- им становится некуда девать свое оскорбленное достоинство.

МУЖ. Если женщина в атаке, значит, мужик -- в глухой обороне. Это нам только кажется, что ему все как об стенку горох. На самом деле слова благоверной для алкоголика не проходят даром. Запускается механизм неэффективной защиты.

Специалисты знают, что у алкоголиков, особенно на первых стадиях болезни, появляются обостренные чувства угнетенности, угрызения совести, в большинстве своем им свойственна низкая самооценка. В похмелье он обязательно вспомнит все

оскорбительные слова и, естественно, не найдет своим поступкам ни малейшего оправдания.

И тогда, помимо физических страданий -- болей во всем теле, тремора, бессонницы, которые идут по нарастающей, -- его накроет волна душевных мучений. Наша психика так устроена, что для реализации защитных функций она ищет простой, проверенный путь. По какому пути пойдет психика алкоголика, догадаться нетрудно. Анестезия алкоголем -- подушка между собой и реальностью. Чтобы заглушить, нейтрализовать негатив, в следующий раз перед скандалом он напьется еще сильнее.

Так и будет продолжаться эта гражданская война. Она будет его ругать, он будет уходить в запой. Скандалы станут чаще, потом начнется мордобой. Жизнь превратится в ад. Только в этой междуусобной войне взрослые за разборкой своих отношений, как правило, забывают о третьей, невинно пострадавшей стороне.

ДЕТИ. Раньше существовало однозначное мнение: если в вашей семье пьют, то и ребеночек у вас обязательно будет дебилом, с врожденными пороками интеллектуального развития. Ученые доказали: алкоголь не является фактором мутации генов. Это пожив с такими «добрыми» родителями, ребенок превращается в заикающегося неврастеника с плохой памятью.

В сознании ребенка из семьи алкоголика возникает острый конфликт между идеалом и реальностью. Классически в представлении ребенка отец -- это сила, защита, тыл. А здесь он видит образ пьяной униженной жертвы, который создала мать. Ему приходится выбирать. Если он встанет на сторону матери и будет вместе с ней травить отца, то в будущем, скорее всего, станет категорическим трезвенником по идеологическим соображениям. Но с психическими проблемами. Если по отношению к отцу он будет выступать как сочувствующий, то метод алкогольной анестезии попробует обязательно. А потом уже не оторвешь.

ПЕРЕМИРИЕ. Во-первых, нельзя относиться к алкоголику как к хулигану с дурным характером, который все делает вам назло. Похмелье -- это вовсе не то, что происходит у нас, грешных, когда с вечера переберем, утром мучаемся головной болью и пьем рассол, а к концу дня все само собой проходит -- хоть опять в бой. Похмелье, в отличие от нашей интоксикации, к вечеру не проходит, а лишь усиливается. Поэтому ругать его за то, что он пьет, все равно что ругать диабетика за то, что он не может без инсулина. Даже наркологи, прежде чем вывести из запоя, часто опохмеляют несчастного. Нужно привыкнуть к мысли, что это больной.

Во-вторых, перестать строить из себя семейного доктора. Большинство женщин считают так: это мое, я сама верну его к жизни. Идея обратиться к врачу возникает лишь тогда, когда подопечный начинает носиться за своей воспитательницей с топором, а из дому исчезают последние вещи.

Если ваш ранее непьющий или умеренно употребляющий муж стал регулярно «закладывать», а тем паче регулярно опохмеляться -- это первый звонок. Надо хватать его в охапку и идти лечиться. Всей семьей.

КАК ЭТО ДЕЛАЕТСЯ

В чем преимущества семейной терапии? -- В комплексном подходе к решению проблемы алкоголизма. Известно: у алкоголизма существуют биологические и психологические корни, то, что мы называем физической и психической зависимостью. Какая сторона здесь преобладает, сказать трудно. Но, как правило, современные

медики предпочитают узкую специализацию. Наркологи купируют запой, потом предлагают укол или «подшивание». Это терапия страха. Больной знает: если он выпьет -- может умереть. К выздоровлению это не имеет никакого отношения. Влечение-то остается. Психотерапевтические службы занимаются душевным состоянием больного. Тут биологическая зависимость берет свое. В любом случае проблемы семьи остаются. Семья -- это тот же организм. Если барахлит один орган, скоро начнет трясти всю систему. Масса примеров, когда алкоголик снова скатывался в запой из-за того, что семья не смогла его поддержать.

Во время комплексного лечения больному вначале оказывают наркологическую помощь: проводят дезинтоксикацию, колют антидепрессанты. Когда физическая зависимость преодолена, проводят психотерапию всей семьи. Домочадцев выводят из состояния стресса, затем проводят курс ликбеза, например: «Как помочь больному в период тяги к спиртному». После окончания курса лечения психотерапевт еще долгое время наблюдает семью, оказывает поддерживающую психотерапевтическую помощь.

Работа долгая и трудоемкая, но благодаря этим методам удается достичь многолетней ремиссии и преодолеть тягу к спиртному. В Научном центре психического здоровья РАМН занимаются пока лишь одним аспектом проблемы -- выводят из депрессии жен алкоголиков, а затем учат их правильному обращению с больным. И уже это помогло вернуть к нормальной жизни десятки семей. А каких успехов можно было бы достичь, если бы хоть одна медицинская организация взялась за полное комплексное семейное лечение!

Увы. Несмотря на то что метод семейного лечения алкоголизма давно и широко применяется на Западе и считается одним из самых эффективных, у нас этим по-прежнему занимаются немногочисленные энтузиасты. Оказывается, все дело в том, что у нас разные системы образования. У них медик, получающий специальность нарколога, в обязательном порядке проходит полный курс психотерапии, затем имеет длительную практику и только после этого получает квалификационный диплом. Наши наркологи имеют весьма отрывочные сведения из психотерапии, а психотерапевты не утруждают себя знаниями наркологии. У них на весь курс обучения уходит 12 лет. У нас любой врач может стать наркологом за два месяца, психотерапевтом -- за два года. И после этого спокойно заниматься своим нехитрым ремеслом. Воссоединятся ли когда-нибудь две системы, неизвестно.

Алла БОЛОТОВА

СКОРО В НАШЕЙ АРМИИ НЕ ОСТАНЕТСЯ НИ ОДНОГО СУМАСШЕДШЕГО НАРКОМАНА

Тотальное медицинское обследование призывников с целью предупреждения распространения в армии наркомании, а также попадания в Вооруженные Силы психически и физически неполноценных людей планирует начать Главная военная прокуратура.

По словам главного военного прокурора РФ генерал-полковника юстиции Юрия Демина, в последнее время число преступлений в армии, связанных с незаконным оборотом и употреблением наркотических веществ, выросло на 80 процентов, причем это устойчивая тенденция, требующая системы превентивных мер.

Такого же внимания требует и проблема психического здоровья призывников. По данным ГВП, из 8 случившихся в 1997 году расстрелов караула, в результате которых погибли 56 человек, четверть совершена психически неполноценными людьми.

В случае выявления среди призывников несоответствующего контингента медкомиссии будут нести ответственность.

Проведение тотальных медицинских обследований предполагается начать с Московского военного округа.

* * *

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННУЮ ПОМОЩЬ -- ДЕТЯМ

Для оказания специализированной медицинской помощи детям с 1 апреля 1998 года Научно-исследовательский институт педиатрии РАМН включен в систему обязательного медицинского страхования.

Страхование будет проводиться по действующим тарифам в порядке, установленном для федеральных учреждений. Квоты объемов медицинской помощи, лимиты финансирования и порядок направления больных в Научно-исследовательский институт педиатрии РАМН установлены Комитетом здравоохранения совместно с Московским городским фондом обязательного медицинского страхования.

* * *

КОРОВЬЕ БЕШЕНСТВО НАМ ТЕПЕРЬ НЕ ГРОЗИТ?

Медики и ученые всерьез взялись за нашу еду. Недавно руководством Миннауки и технологий, Минздрава, Российских академий сельскохозяйственных и медицинских наук был представлен проект «Концепции государственной политики в области здорового питания России на период до 2005 года». Серьезную обеспокоенность специалистов вызывает качество нашего питания, из-за которого (или из-за отсутствия которого) у большинства россиян в последнее время постоянно выявляют то недостаток витаминов, то макро- и микроэлементов (кальция, йода, железа, фтора, селена), а то и полноценных белков.

Ученые констатируют, что свою печальную роль в этом сыграл обвал на наш рынок некачественных импортных продуктов. По данным Управления таможенной статистики и анализа, импорт из стран дальнего зарубежья в последнее время возрос: свежемороженого мяса -- на 29 процентов, птицы -- на 52 процента, молока -- в 3,6 раза, сахара -- в 2,5 раза, сливочного масла -- на 95 процентов. В то же время недостаточно развивается отечественная промышленность.

В подготовленном документе сформулирована основа государственной политики в области питания. К числу ее важнейших задач отнесено формирование законодательной и нормативной баз производства и потребления пищевых продуктов, налаживание контроля за качеством поступающей в Россию продукции зарубежных производителей.

Что теперь будет, неизвестно. Скорее всего, нас лишат импортных вкусностей и мы сядем дожидаться подъема отечественной пищевой промышленности.

Фото Л. Шерстенникова, ИТАР-ТАСС

http://www.ogoniok.com/win/199815/15-54-56.html